

令和4年度 第1回高知市生活習慣病予防に関する協議会議事録

日時：令和4年7月15日（金）

18時30分～20時00分

場所：総合あんしんセンター2階大会議室

- 1 開会
- 2 新任委員紹介
- 3 議事

- (1) 高知市健康づくり計画と生活習慣病予防に関する取組について（事務局）

【新谷会長】

ただいまの事務局からの説明について、ご意見やご質問はございませんか。

→ 委員からの意見なし

- (2) 活動報告

- ・高知市いきいき健康チャレンジについて（事務局）

【新谷会長】

ありがとうございました。ただいまの報告について、ご意見やご質問はございませんか。

→ 委員からの意見なし

では、次に、「オーラルフレイルの取組」について、高知市歯科医師会 公文委員からお願いします。

- ・オーラルフレイルの取組について（高知市歯科医師会 公文委員）

【新谷会長】

ありがとうございました。ただいまの報告について、ご意見やご質問はございませんか。

【事務局】

オーラルフレイルの冊子をお作りになったということで、これはどちらかに配布をする計画が今進んでいるのでしょうか。

【公文委員】

もうすでにいろいろなところに配布されており、主だったところには配布は完了していると思います。高知市歯科医師会の事務局にもまだ結構残っているので、もし必要な方がおられましたら、お声掛けいただければと思います。是非ともご活用ください。

【新谷会長】

では、続いて、「コロナ禍における新たな活動方法」について、高知市食生活改善推進協議会濱渦委員からお願いします。

- ・コロナ禍における新たな活動方法について（高知市食生活改善推進協議会 濱渦委員）

【新谷会長】

ありがとうございました。ただいまの報告について、ご意見やご質問はございませんか。

【事務局】

いろいろな制限がある中で、新しい方法を見出されて熱心に活動されており、本当に素晴らしいと思いました。地域の方の声も紹介いただいて大変参考になったのですが、実際に活動されたヘルスメイトさん自身が感じた、気持ちの変化や手ごたえなど、会員さんからの声は何か聞かれていますか。

【濱渦委員】

私達は毎月1回定例会をしており、各地区から1名ずつ出ておりますが、本当に「大変。」「しんどい。」と言われました。でも、実績が出た時はすごく皆さん励みになって、「しんどいけど良かった。」「やって良かった。」という声を出してくださいました。本当に、仲間は大切だなと思って、今年はそれをすごく感じています。これを続けていきたい、また今年も頑張っていこうと仲間同士で話し合っています。

【新谷会長】

ありがとうございました。他にはございませんでしょうか。

では、私から濱渦委員さんにお伺いしたいのですが、コロナ禍での個別訪問ということで、本当にご苦勞もあり大変だったと思いますけれど、訪問する前に事前に連絡をしておくとか、突然にお伺いするとか、どのようにされたのでしょうか。

【濱渦委員】

先に話をしてから行かれた地区もあったようですし、ご近所に回られた方は突然行かれたりとかもありました。百歳体操などは地域で実施されていて情報もよく知っていますので、そういうところに対して行かせていただいたというところです。

【新谷会長】

地域のつながりが素晴らしいということですね。ありがとうございました。

他にはございませんでしょうか。

【川上委員】

濱渦委員の発表、ヘルスメイトさんの活動、本当に素晴らしいなと思いました。令和元年度より令和3年度の方が多くなっていることも素晴らしいと思いました。個別訪問をしているということも私は知らなかったんですけど、またお構いなかったら、健診の案内とかチラシとか、構わない範囲でご協力をよろしくお願いします。

【濱渦委員】

私達が持って行って構わないようなものでしたら、ぜひ一緒に。もったいないですから。使ってください。

【岡田副会長】

公文委員さんにお伺いしたいです。濱渦委員さんもこのオーラルフレイルのリーフレットをお配りして活動できると思うんですけど、私も運動の指導をしていて、食べることはみんなするので、歯はすごく大事なことだと自分も思っています。例えば、リーフレットにあるようなこういう質問をしたときに、まあ当てはまると。で、「当てはまるね、かかりつけの歯医者さん行ったらいいね。」という会話が出ると思うんですけども、かかりつけの歯医者がない人もいて、「どこがいい？」と聞かれることがあって、そういう場合、「近所がいいですよ。」とか、「ここがフレイルを詳しく説明してくれるからここ行ったらいいよ。」とか、専門があると思うんです。歯医者でもフレイルに力を入れているところとか、オーラルフレイルとか。失礼な質問なんですけど、そういう場合、私はどういう風に答えたらいいのか、いつも迷うので、アドバイスいただけたらと思います。

【公文委員】

おっしゃること、非常によくわかります。私達も、健診事業に行った時、「先生、どこかいい歯医者紹介して。」と言われると、なかなか答えられない。難しい。立場上、不用意なことも言えないというのもあるんですけど、私個人の意見としては、やはり何かあった時にすぐにいける距離の所。車で何十分もかかる所はかかりつけとはちょっと言えないんじゃないかと思うんです。かかりつけってというのは歩いてパッと行って「先生、歯が痛いから何とか見てくれ。」と言えるところがかかりつけだと思うんですね。で、オーラルフレイルに詳しいっていうよりも、オーラルフレイル自体が、先ほど言ったように、嚙んで食べるのが長寿につながるということが元になっているわけですから、嚙んで食べる状態をつくるのが我々の仕事なので、それができない所は歯科医じゃないと思うんです。だから、どこへ行っても、それは自分達の役割としてできることなので、あとは、いろいろなどころの噂とかそういうのを頼りにしていただくしかないかなと。それと、ホームページを見ていただいてもいいと思います。いろいろ出てくると思います。肝心なのは、通えなくなった場合に、在宅で引き続きできるところが一つの目安かなと思います。

私は、ある多職種の団体の委員長をやっているんですけど、意見交換会の時に、あるケアマネさんが、寝たきりになりそうな人の訪問に行っていて、その方が、なかなか食事が大変で食べ

てくれないという話をしていたんですけれど、歯医者のお話ってそういう時出てこないんですね。で、僕、手を挙げて、「すみません、それ、口の中どんな状況です？入れ歯ですか？歯は何本ありますか？」って聞いたら、「わかりません。」って言うんですよ。口の中を見てない。「じゃあ、歯医者行ったことあるんですか？」って聞いたら「いや、行ったことあるかないかわからない。」っていう状況なんで、あ、こういう方は、やっぱり紹介していただいた方がいいんじゃないかなと。食事ができなくて弱っている、オーラルフレイルの状態なんですね。積極的に紹介していただく、それで行ってみて、自分で体験して難しいと思ったら、そこで変えてもいいんじゃないですか。むしろそういうことで、合う合わないがあると思うんですよ。僕にしても、患者さんのニーズに100%応えられているかって聞かれたら、できないといけませんが、もしかしてできていない可能性っていうのがあるかなとネガティブに考えることもあります。だから、とりあえず行っていただいて体験して、「ここなら大丈夫だ。」というところをまず探してください。難しかったらまた次へと。そんな感じでいいんじゃないでしょうか。

【新谷会長】

ありがとうございました。他にはございませんでしょうか。

それでは、3つ目の議事「生活習慣病予防（健康づくり）に関する取組について」に移ります。

ここでは、生活習慣病の発症や重症化予防について、現状や課題などを共有し、課題解決のための具体的な取組について協議できればと考えております。

先ほどの報告の中でもあったように、特にコロナでは、私達の活動もいろいろと影響を受けましたし、市民の「健康意識」や「行動」にも以前と違う変化が生じたのではないかと思います。

そこで、皆様に順にお聞きしていきたいと思うのですが、皆様が日々の活動を通して感じられておられる健康課題や、市民自らが健康づくりに取り組むようになるために、どのような働きかけが必要だと思うかなどにつきまして、ご意見をお願いします。

【桑尾委員】

貴重なご意見、たくさん聞かせていただいたものと絡めながらになるんですけれども、健診の方でも、健康増進して疾病を予防していくのに、何ができるんだろうということを考えていかなければいけないんですけれども、やはりコロナ禍で、お客さんと話す時間を短く短くというところが、クリニックの方からもあって、そういうことを2年してきました。でもそろそろ「これじゃいけないな。」ということで、保健指導の時間を長くとってやるようになっていきます。で、その中で、この健康づくりの項目にもありましたけれども、禁煙支援というところは、少し弱くなってきているので、その禁煙支援の方を、効率よくやっていけたらと思います。以前、ある事業所さんから『禁煙支援教室』っていうのを委託されて、3年くらいやったんですけれども、項目としては専門医の呼吸器の先生の講義とCT撮影と、それから個別の保健指導と、動機付けとかそういったところをやるので、私達保健師が関わりました。それから、歯科衛生の方で、歯科衛生士に入ってもらいました。パネルを用いて、歯のこと、歯の健康のことを具体的に話したことで、それがすごく反響がよくて、また、丁寧に「歯医者さんに行ったら歯を治す」というところに返っていくんですけれども、理屈を知ることですごく良かったという意見がありまし

た。当院に歯科衛生士は一人なんですけれども、保健指導の中にどう絡んでもらったらいいのかなというところがあります。この前テレビでも話題になりましたが、国民皆歯科検診の実現に向けてというところがあって、それもどんな風に運用するのかなというのがありまして、健診と抱き合わせで来られる方がいたら、健診ではどんな風にできるのか、歯科医院さんではどんな風にできるのかと。私も歯科医院には定期的に行っているんですけど、先生の診察もそうですが、歯科衛生士さんの口腔マッサージであるとか、歯の状態の説明ですとか、今後将来的にこういう問題が出てくるからこのタイミングでこういうことをしていこうとか指導を受けることができ、すごく参考になっています。そういう機会はやはり医院に行かないと無い、この話があったいなとか、そんな風に思いまして、歯科衛生士さんが活躍する場ですとか、これが保険診療の点数になっているのかとか、仕事のやりがいですとか、そういったところが気になったりしながらだったんですけども、今日の皆様のお話はそんなところで、すごく参考になって、自分達がどんな風な仕組みを作ってやれるかなっていうことを考えるヒントになったので、すごく勉強になりました。ありがとうございました。

【川上委員】

うちは国保の担当になりますので、国保の保険者と高知市の後期高齢者の方の保健事業を担当している部署になります。健診を受けた後、特定保健指導の方であったり、糖尿病性腎症の重症化予防の対象である方だとか、糖尿病の治療中断をされている方を個別に訪問をします。それで、コロナ禍で訪問をするので、すごく慎重に、怒られるんじゃないかとかドキドキしながら行くんですけども、意外に、そういう方はいらっしやいません。割と、行くと対応してくださる、話をしてくださる方が多いです。そういう活動をこまめにやっていきながら、できるだけ多くの市民の方とお会いできるような機会を持つことを、コロナ禍であっても続けていきたいなというように思います。2年連続、3年連続となる方も、もちろんいらっしやいます。アルコールで肝臓がかなり傷んでいる方もいらっしやるんですけども、2年目に行くと、肝臓がすごく良くなっていて、「良かったね。」って喜んだり。すごく大きな成果がすぐ出るような活動じゃないんですけど、そういう活動を継続していきたいなというように思います。あと、どうしても会えない方もいらっしやいます。そういう方のためにも、リモートを使った保健指導というのを今年から取り入れるようにしています。委託もするんですけども、リモートだったら保健指導を受けられるという方もいらっしやると思いますので、そういう方々のためにも、いろんな機会、できるだけ多くの機会を作って、お会いできるようなことを心掛けていきたいと思っています。

【上原委員】

協会けんぽは、健診の後の保健指導で、事業所を回って特定保健指導などを行っているのですが、血圧とか血糖が高い方についても、会える方には会って、保健指導をしています。介護とか保育園とか、病院など、コロナの感染を防ぎたいというところは、「今はちょっと…」という時期もありましたが、最近は行動制限をしないということになっているので、そういうことでお断りされることは少なくなっています。ただ、社員が雇ったとか社員の家族が雇ったとかで延期し

てくださいということはありません。意外に訪問はOKで、「リモートでもできますよ。」という
ことで取り組みまして、百何十人かを、支部の保健師・管理栄養士がしました。面談よりは質が
落ちることも心配したんですけど、距離が離れている分、安心感があるのか、話を聞いてくれ
たりとか、あと、いつもと違う感じなので、楽しみじゃないですけど、後で事業所担当の方に聞
いたら、「みんな嫌がらずにやってくれたよ。」ということで、それも良かったのかなと思ってい
ます。ただ、自営でできる指導っていうのは本当に少ないので、今年度は、委託でのリモートで
の面談をしたいなと思っています。なかなか事業所数が多くて、対象者数も多いので、全部をす
るのは難しく、案内だけ配ってもらって、担当の方にやってもらうシステムを拡大していきたい
と思っています。

もう一つ、重症化予防というところでは、去年、血压が、上が160以上、または下が100以上
の方について、予算の関係で、全体180人までということで、健診機関からのご協力をいただ
いて実施しました。健診当日にその値を超えている人については、受診勧奨していただいて、1か
月後に、受診したかどうかを電話なりで聞いていただくということでしました。何もなかった
時よりは1割くらい受診した方が増えていたように思います。全部のレセプトは見えなかった
んですが、やはり健診の時にちょっと踏み込んで「また1か月後に聞くからね。」ということで、
「行かないと。」という気持ちになってくるのかなと思いました。ただ、1か月はすごく短い
ので、その間には行けない、けれども、それからちょっと経ってとか、次の健診で「やっぱり行か
んといかん。」とか、そういうちょっとずつの積み重ねができてきているのかなと思っています。今
年度は、予算の関係で年間530人ということで、高知県は血糖のリスクが高いということなの
で、それについても、受診勧奨していただくようにしています。今回は9機関が協力してくださ
っています。

【濱渦委員】

先ほど言いましたように、今年はコロナの状況によってどうなるかはわかりませんが、
去年と同じような形で訪問活動をしたいと思っています。それと、市役所のレストラン「せんだ
んの木」で、7月25日・26日・27日と、8月16日・17日・18日と、ヘルスメイトのPR活動
を兼ねて、啓発活動をさせていただく予定にしています。8月には、自分達で今までやってき
ました「野菜レシピ」、自分達で作ったレシピなんですけど、それを使って啓発をしたいなと考
えています。9月は、食生活改善普及月間ということで、9月の2日と9日、せんだんの木の前で
「野菜、足りていますか？」というテーマで啓発活動をする予定にしています。

それから、食育講座の方ですけど、これは、小学校の5年生を対象に「朝ごはんを食べよう」
ということで、学校に入ってやらせていただいています。校長先生に私達のことを理解して
いただかないとなかなか実行できないということがありまして、7月5日の学校長会の時に、事務局
と2人で行かせていただきまして、お願いをさせていただきました。保育園・幼稚園から高校ま
で全体で220件、ただ、それを全部は行けませんので、公立の小・中学校は全部回ろうと、今年
はそういうことで計画していますので、校長会にお伺いさせてもらって、「ヘルスメイトが行
きましたら、ぜひお会いしてください。」ということで、お願いしてきました。そういうこと
から、入っていきやすいようにしています。

それと、生活習慣病予防のための『健康寿命延伸プロジェクト』とあって、若者世代、働き世代を対象に、何回か実施しないといけない全国的な活動があります。高校生・大学生くらいの若者世代にどこから入っていくか、なかなか難しいですけども、去年は県立大学に入らせていただきました。今年は、高知学園大学の方に行かせていただく予定で、調整をしています。

以前、上原委員のところでもお世話になりましたけれども、働き世代の方に繋ぐのはなかなか難しく大変なんですけれども、今日お集まりの皆様のところ、「自分達のところでヘルスマイトに何かやってもらってもいい」というところがありましたら、ぜひお声掛けをお願いしたいと思います。少しでも新しいところへ出向いて啓発できたらと思っていますので、よろしくお願いします。

【松木委員】

私の所属している生活課というところは、JAの組合員さんとか地区の住民の方の生活に関わることについて、食育の活動などをさせていただいています。健康に関しても力を入れて取り組んでいかないといけないところなんですけど、生活習慣病のことなど、医療関係というわけでもないで、実際に詳しい話というのはそこまでできないところがありまして、先日も、市役所の担当の方に女性部の支部長会に来ていただき、話をさせていただきました。組合員さんの集まる場とかで、そういう話をさせていただいたり、広報誌もありますので、そちらで載せて構わないものがあつたら、言っていただいたら載せさせていただきたいと思っています。

私は4月から新しい部署になったばかりで、健康づくりに対しては深く考えたことがあまりなくて、これからちょっと勉強しないといけないと思っています。またこれから連絡いただいて、いろいろ情報も教えていただきたいと思いますので、よろしくお願いします。

【橋本委員】

高知市スポーツ振興事業団では、私は指導員として教室をいくつか担当して運動の指導をしています。事業団としては、小さな子どもから高齢者まで、90歳近くの方も参加されたりしています。やはり、教室に来る方は関心があつて来られる方なので、どうしても無関心な人に対して運動に関心を持ってもらうためというのがすごく大切なんだろうなと。来られている人は関心があつてする人なので、そこにアプローチすれば効果が出て継続して…というのは少なからずスムーズな道はあるんですけど、無関心な人の扉を開くということが大切なのかなと思っています。私達は、市内の小学校に年に4回、教室一覧チラシという形で持って行って、児童の皆さん分を渡しています。あと、周辺地域のポスティングを年に数回やっているという状態で、それで、子どものチラシを見て親の教室に参加してくれたりとか、ポスティングのチラシを見て参加してくれたりとか、まあ少ないですけども、時々いらっしゃる方をちょっとずつ取り込むことができているのかなという風には思いますが、一つそこが課題になっているのかなとは思っています。

私自身の課題としては、健康・運動ということは専門分野なので、声掛けたりアプローチしたりということが出来るんですけども、先ほどあつた「栄養」とか「歯」とか、「タバコ・喫煙」という分野はまだまだ疎いところなので、今日もらったパンフレットとかを渡して、これを見な

がら一緒に説明をするということで、「ああ、そうやったがや。」という向こうの気付きにもなってもらえるのかなと、すごくいいものをもらったなというように思っています。これを持って、歯からの健康だったりとか、禁煙からの健康だったりというところも、声掛けをしていきたいなという風に思っています。すごく有意義な情報をいただきましてありがとうございます。

【竹村委員】

歯科衛生士会は、ここ2年程は、ほとんど外に行けての活動ができておりません。ちょうど昨年度、一般社団法人になりましたことで、皆様方からご意見やご批判をやっといただけるような組織に変わりました。このコロナ禍でなかなか外に活動に行けない期間を通して、やはり人材育成をするということで、一つは、地域ケア会議にも、高知市ではたくさん参加させていただいているんですけども、なかなか現状としては、そこに参加できる衛生士さんが限られた衛生士さんになってきています。当会員ではほとんどの方が歯科医院に勤務の方が多くて、地域で活動してらっしゃる衛生士さんが少ないです。なので、どうしても日中にそういうところに参加できる衛生士さんは限られてきております。それで、お休みの休日の日にも参加できるようにということで、県下全体を通して、人材育成・研修を進めてきております。参加できない日程もあるので、3年間、6回ほどの研修を通した中で、全部修了した方には、独自の歯科衛生士会の認定証を発行したり、修了証明書を発行したりして、一人でも多くの方が、統一した研修をして、どこに誰が行っても同じような活動ができるように、お話ができるようにということで、今、研修を進めてきています。そのおかげで、毎年新たに数名が、ケア会議とかオーラルフレイルとか、そういったところで、いろいろな事業所さんや事務所に呼ばれていって講師をさせていただいたりもしています。なるべく個人単独でお呼びいただくのではなくて、会を通してそういったところに人材を派遣できるように、共通した認識を持った衛生士さんを増やしていこうという活動を進めています。この後も、新たな研修を進めていく予定です。外になかなか出向いていけない、学校とか保育園とかも、飛沫感染防止で、思うように活動できていない時期も多いですけども、こういう時期にこそ、正しい知識を、年齢問わず、衛生士会の会員に指導・教育をしていって、どこにいつ呼ばれても、「私できます。」という衛生士さんを育てていく予定をしていますので、事業所の皆様、この機会にぜひPRさせていただきたいです。また、お声を掛けていただきましたら、そういうところに出向いていって勉強させていただきたいと思いますので、よろしく願いいたします。

そして、今日、とても感銘を受けたのが、食改さんの濱渦さんのお話。そういう状況下の中でも、個々に活動していらっしゃる。私も行政の中に勤めていますが、食改さんの研修課程というのは本当にすごいです。皆さん全員参加で、毎年毎年、研修には必ず出てくるという、年間通してすごい回数研修されていますよね。そういう積み重ねが、現場に行っても強いものを持っているんだなというのを、私も目の前で見させてもらっていますので、今日のお話、とても参考になりました。ありがとうございました。

【公文委員】

我々の活動としましては、先ほど言ったリーフレットが昨年の主な活動だったんですけれ

ども、いつもやっていることとしては、子どもの1歳半、3歳健診に加えて、最近は高齢者健診、成人健診、妊産婦健診、そういうところを各委員が受け入れてやっていくようにしております。

あと、我々高知市歯科医師会の年間ビッグイベントである「歯っぴいスマイルフェア」というのを毎年イオンでやっていたんですけども、コロナ禍で一昨年、昨年と中止になっておりまして、今年は少しコロナが収まってきつつあるということで、11月13日、イオンモールで、食育をテーマに、コロナ禍に合ったスタイルで、ステージイベントを中心にやっていこうということで進めております。いつも子ども達に人気の「手型」とかは今年は難しいですけど、違う形で、新たな形を作って、今担当が急ピッチで進めているところです。また準備ができましたらお伝えできると思いますので、高知市のホームページなどをまたご覧になってみてください。

それと、先ほど言われましたように、「歯医者はどこに行ったらえいろう。」と困った時に、歯科医師会のホームページに、地域別の検索ページを簡単に作っております。医院の特徴とかは一切書いていなくて、あくまでも「どこにどんな医院があって、連絡先はこう」という簡単なものですけど、そういうのもまた参考にしていただければ、いろいろお手伝いができるんじゃないかと考えております。

【植田委員】

まず、薬剤師会の生活習慣病に関連するような取組ということで、先ほどからあった「禁煙」に関しては、学校薬剤師という制度があって、学校に学校薬剤師が存在しています。中学校以上は『薬物乱用防止教室』が年1回以上義務付けられていまして、全てを薬剤師が請け負っているわけではないんですが、そこで、薬物乱用防止の観点の中で、タバコに関する話をしたりしています。私も、小学校を1校担当していて、1年だけできなかったことがあります。毎年やっています。タバコに関しては、ほぼほぼ、子どもさんは「吸わない」と誓ってくれています。後のフォローができないのがちょっと残念ですけど…。

あと、このコロナ禍で、リモートでお薬相談というのをやっています。特に去年は、薬局のないエリアということで、土佐山地区で、土佐山診療所の阿波谷先生にご協力いただき、お薬相談会をさせていただいた中で、お薬を飲み残した方のお宅にお伺いして、ちょっと繋いだりという取組をしています。

それと、毎年、『薬と健康の週間』というのが10月の終わりくらいにあるんですが、それに合わせて、1か月間くらい、薬局の中で、血圧の測定であったりとか、体脂肪計を使った測定などをして、異常が見られる方には、受診勧奨をしています。去年ですと、187名の方に受診勧奨を行って、受診後の報告をいただいたのが、46名くらいおられました。そういう取組を続けています。

あと、高知県の方では、糖尿病の重症化予防に関する取組ということで、薬剤師会でも、11月に、令和2年度・3年度と2年続けまして、薬局に対するアンケート調査、糖尿病の治療薬に関するアンケートを行いました。令和2年度は、高知市は回収率96%を超えるような、昨年度も90%を超えるような、かなり精度の高いデータが取られたのではないかという風に思っています。ただ、期間が1か月間で、今、投薬なども1か月を超えるような処方もあるので、そのあた

りとか、あと、調剤薬局が主に調べていますので、入院の患者さんのデータが取れていないので、全てをカバーはできていないんですが、そういうことを取組として行っています。高知県の医師会と連携して情報も共有させていただいているという、そんな取組をさせていただいております。

【高崎委員】

コロナウイルスの感染については、落ち着いては全然ないんですけども、一定の対策もできるようになったし、治療法もいろいろ出てきたということで、今までのようにネガティブに引っ込むということではいけないということで、高知市医師会としては、まずは特定健診を、以前どおり活発に行っていこうということで、努力しております。

それから、高知市医師会は『市民公開講座』というのをやってきておりまして、これは毎年医師会の方に皆さん集まっていたいただいて講演するスタイルだったんですけども、コロナの関係でそれがなかなか難しくなりましたので、昨年からは、40分くらいのテレビ番組を買い取る方法で、昨年の3月に、慢性腎臓病に関する番組をやらせていただきました。それから、今年は、3月に認知症についての番組を放送しました。この際は、視聴率が9%くらいあったらしいです。かなりの人に見ていただけたのではないかと思います。それから、今年6月は、骨粗鬆症についての番組を放送いたしました。それも、見ている方にアピールができたのではないかと思います。これから、コロナのこともございますけれども、それで引っ込むのではなくて、それを踏み台にしているようなことをやっていきたいと考えております。

【岡田副会長】

だいたい皆さんの意見を聞いて納得している状態ですけども、コロナもだいぶ経ってまして、私の受講生は、ほとんど変わりなく、中止もなく、ずっときている状態です。いろいろ話も出ましたけれども、私の手応えというに変ですけども、よく後で意見を聞くのは、どうして運動するのか、なぜこの運動がいいのかとか、理由付けとか、先ほど桑尾委員の方からも出ましたけれども、理屈とか、そういうのを好きな人も結構いるので、健診結果の説明も、ただ血液検査が、「HbA1cがこうでした。値から外れています、ダメです。」というんじゃなくて、なぜ悪いのかとか、これが進行したらどうなるかというのを、きちんと説明するほうが、意外と納得しての方が多いと。健診説明会の後のフォローで運動指導に入る機会が多いんですけども、この前やっていたのは、全部の血液が、これは何に対してどこに対して…と全部説明していて、みんな結構食いついて、「これ、腎臓だったんですね。」とかの質問もあって。何の検査か一つもわからずに、数値だけ見ていた方が多かったと思ったので、そういう風にきちんと説明をして納得してもらおうというのは、すごく大事なことだなあと思いました。委員の皆さん、いろいろな分野で活躍されているので、常に情報を市民にどんどん提供していただいて、健康になっていただくように私達が活動していけたらなあと思っています。

【新谷会長】

私ども高知県栄養士会の生活習慣病予防に関する取組というところでは、栄養ケアステーシ

ョンを主軸にいたしまして、主に特定保健指導の実施と、あと、当会は平成29年度から、県からの委託を受け、外来栄養食事指導を提供する体制の充実に向け、管理栄養士のスキルアップ研修を実施し、糖尿病などの重症化予防を推進することを目的に、『外来栄養食事指導推進事業』を実施しております。令和3年度は、外来栄養食事指導が必要な患者さんをどうやって栄養食事指導に繋いだらよいかということで、医療ネットワークの周知に向け、医療機関と県民用の2種類の広報啓発用チラシを作成いたしました。委員の皆様にもご紹介したと思いますけれども、「この方、栄養指導受けた方がいいのにな」と思う方が、皆様方の身近におられましたら、ホームページからチラシをダウンロードできますので、ぜひお声掛けといたしますか、啓発をしていただけたらありがたいと思います。その続きで、今年度は、従来のスキルアップ研修に加え、糖尿病患者さんへの外来栄養食事指導につき、圏域内でのネットワークを形成することと、顔の見える関係づくりができるように、高知、須崎、安芸、幡多で、栄養食事指導にかかる事例検討会を実施いたします。特定保健指導の方も、コロナ禍であっても、先ほど皆さんがおっしゃいましたように、リモートで面談をしたりして、対象はクリアしています。先ほど岡田委員から発言があったように、どうしてこうなっているのかという状態を説明し、対象者が自ら行動変容を起こさないと全く意味がないので、皆様ご存じかと思いますが、大阪大学の大学院医学研究科の野口緑氏が実践している、「対象者に血管が痛み始めるリスクは、体のどこにあるのか」などを具体的にイメージできるようにして、対象者が自ら学ぶようなアプローチができるようにした、血管変化の進展を表す「チャート構造図」を使った指導をしており、成果も出ていると思っています。要は、様々なこういった事業を通じて、情報を発信し続けることしかないかなと私は思っております。

【新谷会長】

そうしましたら、ただいまの皆様のご発言に関しまして、何かご質問などはございませんでしょうか。事務局の方からは何かございませんでしょうか。

【事務局】

特に質問はないんですけれども、皆さんがそれぞれに健康づくりのためにやってらっしゃることを聞いて、すごく心強くて、また連携を取らせていただきたいという風に思いましたので、よろしく願いいたします。

【新谷会長】

ありがとうございました。本日協議した内容をもとに、みんなで協働しながら少しずつでも取り組んでいき、市民の健康づくりにつながればと思います。

皆様、本日はありがとうございました。

4 事務連絡

5 閉会